

## „W zdrowym ciele, zdrowy duch”

**Zaśpiewajcie piosenkę**, którą znacie i lubicie:

Głowa, ramiona,

kolana, pięty,

kolana, pięty,

kolana, pięty,

Głowa, ramiona,

kolana, pięty,

oczy, uszy,

usta, nos.

Zacznijcie w bardzo powolnym tempie, śpiewając pokazujcie części ciała, o których mowa. Następnie śpiewajcie coraz szybciej i pokazujcie coraz szybciej (jak tylko dacie radę 😊)

Teraz: weźcie kartkę lub pasek bibuły i dmuchajcie tak aby się poruszała. **(ćwiczenie oddechowe)**

**Naśladujcie odgłosy zwierząt**, które możemy obecnie zauważyć w najbliższym otoczeniu: np.

- pszczoły – bzzzz...
- ptaków- ćwir, ćwir, pi, pi
- deszczu- kap, kap

Rodzic wymawia określa jakie zwierzątko, owad, zjawisko atmosferyczne ma naśladować dziecko. (ćwiczenie motoryki narządów mowy)

Następnie weźcie kartki (farby lub ulubione kredki np. pastele) i **namalujcie lub narysujcie** z rodzicami lub starszym rodzeństwem piękną, kolorową łąkę.